

Possesso palla 4v4v4 con verticalizzazione

- **Mezzo di allenamento:** Possesso palla
- **Obiettivo:** Verticalizzazione
- **Durata:** 12'/15'
- **Giocatori:** 12
- **Materiale:** Cinesini, palloni e pettorine
- **Spazio di gioco:** 10x20

Descrizione

I giocatori blu devono mantenere il possesso cercando di verticalizzare da un settore rosso all'altro. I rossi devono cercare la riconquista in inferiorità numerica (2v4), perché solo 2 possono muoversi nel settore rosso. Gli altri due dovranno cercare di intercettare la verticalizzazione.

1 punto ai blu per ogni verticalizzazione riuscita

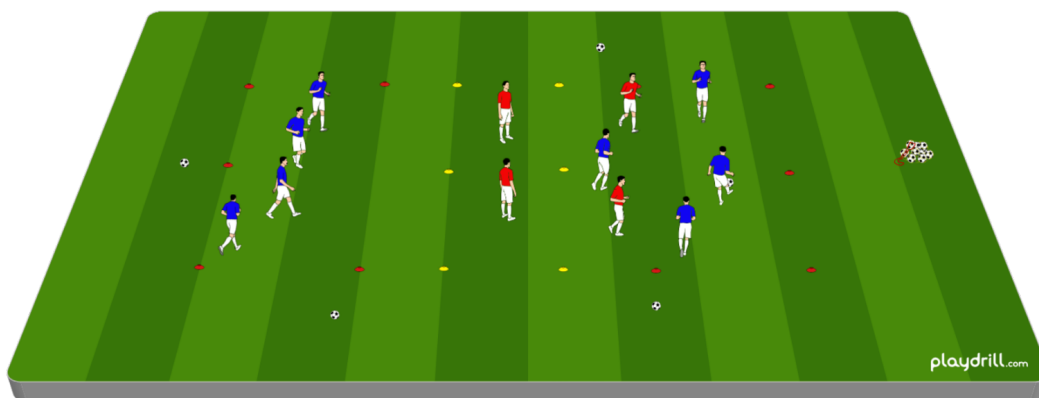
1 punto ai rossi per ogni riconquista

Se i rossi riconquistano dovranno essere loro a verticalizzare.

Rotazioni: Ad ogni serie cambiare i 4 giocatori nel settore giallo.

Variante

- Modificare numero di giocatori e dimensione campo
-



Aumentare i settori a 4 inserendo un'altra squadra